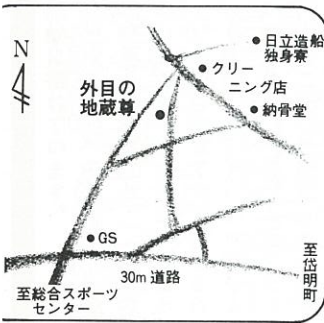


〈絵/荒木豊美さん〉



この地藏尊の敷地には、戦時中まで大きな古榎があった。その盛り上がった走根の間に、二体並んで安置してあったが、戦時中、榎が枯れ伐採された後、そのまま同所に安置され、その後二体が勧請されたものである。北の端の尊像は寛政四年（一七九二）の天津波の際、この近くに住んでいた郷土の堀部九右衛門という人が、溺死して榎に引っ掛かっていたので、その供養と津波の被害者の供養のために、榎の根に建立されたといわれている。

外^{ほかめ}目の地藏尊(平原)

ふるさと
散歩

⑫

広報

ながさ

1991 No.476

3-1号

発行 長洲町 / 編集 企画課

わが町の人口 18,025人

男性 8,722人
女性 9,303人(前月より24人減)

世帯数 5,390世帯 (1月末現在)

クローズ・アップ
ザ・中学生

わが子の気持ち わかっててますか



中学生は悩み多き年代、心身の成長過程の中で、いちばん難しい時期にあるといえます。小学生時代の「児童の心」を残しながら、一方で大人としての意識を持ち始めるアンバランスな状態が目立つ年齢です。だからこそ、この時期には、親、学校、友達など周りの影響を最も受けやすく、一歩間違えると非行さらには犯罪へと走ってしまう危険性が高くなります。

今回は、少年問題カウンセラーの岩佐壽夫さんの著書から中学生における具体的な事例を取り上げてみました。皆さんは、わが子の気持ちを十分理解していますか――。



中学生は、思春期といわれる第二反抗期の真っただ中であって、進学・就職という進路問題で自己決定をせまられます。親の目から見ると、学校の勉強はアツという間に片付けて、あとはマンガを読みテレビにかじりついて、何となく頼りなく見えるかもしれません。しかし、心の中では、自らの課題に直面し、それぞれに悩みを抱えていることが圧倒的に多いのです。

反抗を受け止める心の広がり

わが子が具体的な問題で悩んでいるとき、親はそれを読み取れるかどうか、そして心に響く口のきき方、励まし方ができるかどうか、極めて重要です。といって、ふだん全身全霊を傾けて子供のことを考えてほしいというのではありません。子供が反抗的な態度に出たとき、どう受けとめるか――親の度量が問われるときです。ふだん使ったことのない乱暴な言葉遣いで子供が反抗してきたとき、こちらで感情で受けてそのまま返すと、そのやりとりだけが異様にふくらんで、どんどん違う方向に話が行ってしまうことがあります。そうならないためには、その反抗を素直に受けとめてやるくらいの心の広がりを持ち続けたいものです。

1章 学年が変わる親子の距離を測り直す

中学生にとって学年が変わるといふことは、大人が考える以上に大きな意味を持っています。親べつたりの世界を脱して自律の道へと向かう、つまり思春期における成長の節目としての意味をもっています。精神的には、他律から自律へのステップを着実に歩んでいます。親と子の心理的な距離を測り直すのにふさわしい時期、それが学年が変わる時なのです。親がわが子の内面的な成長に気がつかず、いつまでも子供扱いを続けていると親子間の心のきずなはやせ細ってしまいます。指示と命令を主とする大人と子供の親子関係に終止符を打ち、大人同士の親子関係への第一歩を踏み出すチャンス、それを学年が変わる時期としてとらえてほしいと思います。



め、友達も新しくなり、毎年、クラス替えがあります。そして、高校進学が「射程距離内」に入ってきます。1年から2年、2年から3年へと進むにつれて、子供たちは新しい環境にもまれながら適応し、成長していきま

子供の成長に応じて親子関係の変化を
小学校から中学校への進学は、子供たちをとりまく生活環境に大きな変化をもたらします。教科ごとに先生が変わるのをは

か。往々にして、いつまでも子供扱いをしがちな場合が多いようです。子供は日々確実に成長しており、しかも中学時代は急激な変化をしていく時期です。それを、いつまでも小学生のころのイメージで接していると、子供の心は親から離れていくば

かりです。親子関係は子供の成長に応じて変化していくのが当然です。

ます。やがて、親には親の生活があり、自分の生活は親と一体だと思っていたがどうも違うらしい……自分の生活は自分で律していくなくてはならないということを考えるようになります。一見、突き放しているようですが、中学生という成長過程にある子供

との距離としてはちょうどよいのです。親も子供を一人の人間として冷静に見られるようになり、子供にとっては、親の力から出て一人歩きを始める時期に当たっているからです。大人同士の親子関係は、こうして始まるのです。

2章 たばこと酒 秘密めいた連帯感

中学生という年齢は、大人の世界への期待とあこがれを胸に秘めています。その大人の世界を象徴するもの、そしてごく身近にあるもの、それが酒とたばこです。

「酒も時どきは飲むし、たばこだって吸えるさ」という台詞を仲間に向かって言うことの痛快さ。大人でなくちゃやってはいけないことを、ひそかに実行することで仲間意識を共有する――その優越感。「酒もたばこも経験したことないヤツなんて、真面目すぎて付き合いきれない」と友達から言われることの怖さ……などなど、中学生の心は大人世界への接近の過程で微妙に揺れています。

親にもあまり罪悪感がない
ちよつとぐらゐの飲酒で済むなら、勉強など肝心なことをきちんとやる限り、黙認しよう――という気持ちが親には少なからずあります。

昔なら、何を聞いても、酒やたばこを厳禁したでしょうが、現在では、それほどの罪悪感を持つていない場合のほうが多いようです。酒を飲むから不良、飲まないから真面目といった単純な区分けにはあまりこだわらないようです。

子供にしてみれば、自分のためには親が他のことを犠牲にして動いてくれて当然と思っただのが、「アレ? なんか違うぞ……」という感じを抱きはじめ

非行への入口
どういうきっかけで非行グル

1プと一緒に行動するようにな
ったか……そのきつかけとして
共に酒を飲んだ、つまり酒がと
りもつ縁が相変わらず多いこと
は事実です。中学生の飲酒は—
ようです。

3章 クラブ活動と勉強 両立の悩み

中学2年ともなると、進学・
受験を多少意識して、勉強とク
ラブ活動の両立に悩む生徒が多
くなってきます。生真面目で、
適当に楽しむことができない子
供ほど悩みをもっているように
です。いわゆる器用でない子、の
めりこむタイプに多いですね。
一方、お母さんはどう見てい
るのかといえます。両立でき
ないはずがない、両立させてこ
そクラブ活動の意義があると考
える人が多いようです。ただし
建前として、ところが、クラブ
活動には目もくれず、帰宅部
専科で塾通いをしている近所の
同級生を見ると、お母さんは動
揺します。ウチの子、大丈夫だ
ろうか。あんなにクラブに打ち
込んで、勉強がおろそかになり
はしないか……。口では建前を
言いながらも、言葉のしほしに
、何気ない表情に、ホッペが
顔を出すようになります。子供
は、これを見逃しません。母親

の気持ちを敏感にキャッチしま
す。これが「両立の悩み」にい
っそう拍車をかけることにもな
るのです。

お母さんは、じっくりホッペ
で話し合う機会をもつてはいか
がでしょう。子供の考え方・悩
みを聞き、勉強とクラブのウエ
イトの置き方、両立のさせ方を
2人で考えるのです。子供の将
来計画にもよりますが「クラブ
は楽しみながらやる」ことをア
ドバイスするのも一つの方法で
す。技術的な面であまり過大な
目標を立てたりせず、好きだか
らやるという気持ちを貫いてこ
そ「両立」の道も開けてくるの
ではないでしょうか。

親の評価の違いが 子供の心に影響を

勝敗を争い優劣を決める運動
クラブでは、体力・能力の差が
はつきり出ます。3年間ずっと
野球部について一度も正選手にな



励ましという形をとりながら、
実は、「お前の将来のためには
絶対A校よ」という強制的な気持
ちを胸に秘めて。その結果、両
者の話し合いは平行線をたどり、
子供はどうしていいか分からな
くなって「だったら高校なんか
行かないよ」と言い出したりし
ます。

親のために行く」と いう気持ちを持たせない

さて、親としてはどう対処す
ればいいのか。間違っ
ても次のようなせりふを口にし
ては困ります。「お願いだから
高校だけは行って。おまえの言
うことは何でも聞くから」これ
を言ったとたん、子供は「親の
ために行つてやる」という気持
ちが心を占めるようになってい
きがちです。そして、高校に通
うようになって1日くらい
休んだっていいだろう、行って

やっつてんだから」などと親の
意向を逆手にとったりします。
子供の志望理由が大人の目か
らみて例え幼稚であっても、否
定してかかるのではなく、それ
を出発点に話し合いを続けるこ
とが大切です。その過程で、幅
広い視野と人生という長期の視
点に立つて志望校が決められる
よう、ご両親でアドバイスして
あげてください。

5章 バイクへのあこがれ 親は明確な態度を

16歳の誕生日を指折り数えて
待っている小・中学生がなんと
多いことか……。バイクの運転
免許がとれるからです。若い人

たちの間では、いまやバイクの
免許は「身分証明」であり同時
に青春のあかしとなりつつある
ようです。

4章 受験そして進学 子供の自主性を尊重

子供の日常生活に十分どころ配
りをすると同時に、ふだんから
よく話し合う習慣をつけておく
ようにしたいものです。

中学2年も後半になると、本
人はもちろんお母さん方の頭の
中も「受験」のことが大きなウ
ェイトを占めるようになります。
不安や緊張の入り混じった、ピ
ーンと張りつめた空気が日常生
活に漂うようになります。

わが子のモチベーション(動機
づけ)を大切にすることです。
この高校は自分で選んだんだ、
という気持ちを持ち続けること
ができるように、ご両親は配慮
していただきたいのです。

進路決定は子供の 動機づけを大切に

どの高校に行くか——進路を
決めるにあたって親子の間でど
ういう話し合いがなされたか。
いま通っている高校を選んだ一
番大きな理由・動機は何だった
か——本人の強い希望によるも
のか、親の決定にしぶしぶ従っ
た結果か、先生のアドバイスは
どの程度あったか……。要は、
高校を選ぶにあたって、どの程
度本人の意見が反映されている
かということだ。

A 高校ではなく、B 高校に行
きたい——子供の意見をまず尊
重してあげてください。選択に
あたっていちばん重要なことは、

親はランクの高い 学校を勧めがち

とは言いましても、まだ十代
前半の中学生のことです。選択
の動機もご両親からすれば未熟
で、おそまつな考えと映ること
でしょう。例えば「制服がカッ
コいい」「△△クラブが強く、
全国大会に出ている」「好きな
先輩が行っている」「服装・髪
型が自由だ」——こうした理由
で志望校を決めようとするこ
とがあります。これに対してご
両親は別の尺度で応じます。例
えば「親の期待を満足させてく
れ」「大学の進学に有利」「隣近
所の目を意識して」——ランク
付けの高い高校を子供に勧めが
ちです。しかも、表面上は助言、

さて、中学生の年齢ではまだ
免許はとれません。子供たちは
バイクへのあこがれを胸に秘め
ながら、その時に備えて、親の
考えを何気なく、「打診」する
ことがあります。「友達がバイ
クを安く譲ってくれる……16歳
になったら乗っていいだろう?」
「○○くんは高校に入ったらバ
イクを買ってもらおうという。ぼ
くも欲しいなあ」

いいかげんな 返事をしない

こうした子供の話を、親が、
まだ先のことだからと、安易な
気持ちで受け答えをするのは、
将来のトラブルのもとになりか
ねません。例えば「勉強のほう
がお留守にならなければね」と
か「自分のお金で買えるのなら
いいよ」あるいは「お前のよう
な憶病な子がバイクになんか乗
れるものですか」などなど。

こうした親のこぼれを子供は
よく覚えています。これが「伏
線」になって、いざ子供が16歳
になったとき「あのとき、こう
言っただけじゃないか」とストレー
トに迫ってきたりして、親子の
間にバイクをめぐるトラブルが
発生するケースを多くみかけま
す。というのも、子供が乗りた
がるからと二つ返事でOKを出

す親は少なく、ほとんどのご両
親はなんとかやめさせようと急
に真剣になり出すからです。そ
の理由は、わが子にケガさせた
くない、そして他人を傷つけた
くない……これです。
ご両親はバイクに対する態度
を明確に打ち出す必要があります。
す。しかも、子供がまだ中学生
の段階にです。

乗せたくないなら はっきり「ノー」と言う

バイクを認めるのなら、いか
に安全に乗るかという交通人
としてのルールとマナーを話し合
うべきです。一方、乗せたくな
いのなら、「打診」の段階では
っきり「ノー」と言うことです。
「お母さんは絶対に許しませ
んから」と口調は静かでもガン
として曲げない態度を貫く。

「今のあなたが親の保護のもと
にある以上は、お父さん・お母
さんの意見に従ってもらいます」
とはっきり言うことです。そう
すると子供も不満だらけの顔つ
きとは別に、心では「これじゃ
うちのおふくろ、何を言っても
ダメだな。あれが生きざまなん
だから、しょうがない」と思う
ものです。しかし、ことばでは
「どうして? いまどきそんな
こと言う親はいないよ」と反発

してきます。「子供に対する理
解がなさすぎる……よそのお母
さんに聞いてみてよ」
ここで、親がどう反応するか
これがポイントです。「理解の
ない親とは何ごとだノ」とか「そ
ういう口のきき方は……そもそ
もお前、ここに座りなさい」と
高飛車に出るのは、いわば子供
の「術中」にはまるようなもの
。反発を招いて、親子関係その
ものにヒビが入りかねません。親
にしてみれば「理解のある親で
いたい」「子供にも納得してく
乗らせないようにしたい」とい
う気持ち先立つためでしょう。

しかし、子供に何と言われよ
うが「これがお母さんの生き方
です。無理解だ何だと言われよ
うが、おまえのことを考えると、
これだけはOKとは言えない。
その代わり、お前が一人前の年
になったら好きにおやりなさい」
と静かに「ノー」を繰り返すこ
とのほうが説得効果があるので
はないでしょうか。自分に対し
て正直に、子供のことを一生懸
命に考えている親であるなら、
素直な気持ちで言えるはずで
子供にどういふことばを浴びせ
られようとも——。

こんなときには 住民福祉課へ！

これから卒業、入学、就職、また転勤と引っ越しのシーズンです。引っ越しなどで住所が変わる場合、必ず住民異動届をしてください。
住民異動届は選挙権または各種証明書などの基礎となる大切なものです。くれぐれもお忘れなく。

町外へ 転出するとき

区分	期限	手続きなど	届出先
水道	事前に	(転入するとき) 印鑑(認印)と手数料800円を持参 (転出するとき) 毎月水道料金支払領収書または、 毎月水道量お知らせ票のいずれか 1枚と印鑑を持参	水道課 78-0126
郵便	事前に	郵便局の窓口へ備え付けの転出届を出す。印鑑が必要です。	郵便局 78-1420
電話	1週間前	引っ越しが決まったら一週間程前までにご連絡ください。	N T T 1 1 6

◎住民異動届(転出届)
町外へ転出される方または修学のため一年以上寮や下宿などに居住する方の住所は、その転出先または寮や下宿先となりまますので、転出の前日までに転出届をし、転出証明書(無料)を交付してもらいます。
この転出証明書を持って転入先の市町村の窓口で転入の手続きをしてください。
◎国民年金
新住所地の市町村で住所変更の手続きをしてください。なお、国民年金の保険料や手続は全国各地でも同じで、長洲町で支払

った保険料は新しい市町村でも有効です。転出の月までの保険料は長洲町で納めてください。領収証は大切に。
◎国民健康保険
保険証をお持ちください。ただし、加入者全員が転出する場合は、保険料の精算が必要ですので、税務課へおいでください。
◎児童手当
転出届と同時に窓口で手続きを行い、税務課から児童手当用所得証明書を受け取り、転入先の市町村の窓口で手続きをしてください。
◎小・中学校
転出手続きを終え、交付され

た転出通知書を在籍している学校へ提出し、学校から在学証明書と教科用図書給与証明書などを交付してもらい、転入先の市町村の窓口で手続きをしてください。
詳しくは教育委員会へ。
(☎78)3111(内線)311
◎住民異動届
転居後14日以内に、届出をしてください。
◎国民年金
国民年金手帳をお持ちください。現在、国民年金を受けている

方は、社会保険庁への届けが必要で、届出用紙は国民年金係にあります。
◎国民健康保険
保険証をお持ちください。
◎小・中学校
住民福祉課で転出・転入通知書を交付してもらい、在籍している学校には転出通知書を、転入する学校には転入通知書と在学証明書を提出します。
◎住民異動届(転入届)
転入後14日以内に、前住所の市町村が発行した転出証明書をもちってください。
◎国民年金
国民年金手帳をお持ちください。
◎国民健康保険
未加入の方は手続きをしてください。
◎小・中学校
転入手続きをし、転入する学校に転入通知書と在学証明書および教科用図書給与証明書などを提出してください。

国民健康保険・国民年金の手続きに必要なものは印鑑と…?

◀手続きは14日以内に▶

はい	転入したとき	転出証明書・年金手帳
いる	他の健康保険をやめたとき	社保退退証明書・年金手帳
とき	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止通知書
	子どもが生まれたとき	保険証・母子手帳
や	転出するとき	保険証
め	他の健康保険に加	両方の保険証・年金手帳(夫婦共)
る	入したとき	保険証・保護開始通知書
とき	生活保護を受ける	保険証
	死亡したとき	保険証
そ	市区町村内で住所	保険証・年金手帳
の	が変わったとき	
	世帯主が変わった	保険証
ほ	世帯がわかれたり、	保険証
か	いっしょになった	身分を証明するもの
	保険証をなくした	身分を証明するもの
	修学のため子どもが他の	保険証・在学証明書
	市区町村に下宿する	

町の話

TOWN NEWS

身近な話題、出来事などありましたら、お気軽に企画課広報係(78・3111内線221)へご連絡ください。

▶町長に益金を手渡す楠田会長



チャリティーもちつきの 益金を社協へ寄付 信交会

“社会福祉に役立ててください”と、このほど熊本中央信用金庫信交会(楠田英会長)は、昨年暮れに行ったチャリティーもちつき会の益金10万円を町社会福祉協議会へ寄付しました。

折地区が優勝 六栄校区駅伝大会

2月3日、六栄校区駅伝大会が開催されました。今回は12チームが出場し、折地チームが優勝しました。

なお、上位結果は次のとおりです。
優勝 折地(34分35秒)
2位 鷺巣(36分11秒)
3位 赤崎(37分22秒)



上沖洲子ども会が優勝 子供会ベースサッカー大会

1月27日、総合グラウンドで子供会ベースサッカー大会が開催されました。

今回は29チームが出場し、激しい熱戦の末、上沖洲子ども会Aチームが優勝しました。

なお、上位結果は次のとおりです。

優勝 上沖洲子ども会A
2位 清源寺子ども会A
3位 折地子ども会A、清源寺子ども会B

▶町長に焼のりを手渡す長洲漁協



焼のり5,500枚を寄贈 長洲漁協海苔研究会

2月2日、長洲漁協海苔研究会(濱口誠也会長)は、海苔の日(2月6日)を記念して焼海苔5,500枚を給食センターへ寄贈しました。

なお、この焼海苔は2月6日の給食の時、手巻ずしに利用され、町内の小中学校の子どもたちの口に届けられました。

みんなの広場

ママとボク



村岡 徹(とおる)くん
 洋さん・輝子さんの長男
 <永方>
 「11か月でようやく歯がはえました。とにかく食べるのが大好きです。」

広報の題字を書きました



箱崎 洋くん
 腹赤小4年
 <清源寺>

好きな科目は算数です。今は小数の計算を習っています。休みの日には、友だちと野球をします。好きなポジションはショートです。将来は巨人軍の原さんのようなプロ野球選手になりたいです。



ほほえ美さん ④④

吉田憲子さん
 <折地>
 みやまえ幼稚園勤務



早いもので、保育者の道に入って3年がたちました。いろいろなことで悩んだりしたときも、どれだけ子供たちの笑顔と「先生」という言葉に勇気づけられたことかわかりません。今年のバレンタインデーに、園児からチョコレートをもらいました。私がもらっていいものか、複雑な心境になってしまいましたが、いろいろな意味で子供たちにとって、常に魅力のある保育者でありたいと思っています。理想の男性は、子供が好きで行動力のある人がいいですね。

長洲短歌会

一月例会

微震なおつづく普賢の山肌に	噴煙立ちて年あらたまる	深みゆく老いをわがをり思考阻止	もの忘れなど日々戸惑ふ	世の中に無用となりし命かや	天折早き人を思へり	山茶花の垣根にそひて訪ねゆく	九十三歳の媼の家に	広重の庄野の白雨は走る人	駕籠かき人夫躍動あふる	方尺のテレビに映る青白き	炎の奥に血が流れいむ	骨折の右足疵ふ左足	区の団子汁ふるまはれるつ	波頭きらめき寄する入江にて	遊べる鴨の数かぎりなし	朝露に吐息のごとき衛舎の灯	しわぶきひとつたちて静もる	育みて友の給ひし晩白柚	大きを抱き夕道帰る	弥次喜多の旅ふと思ふ荒荒と	客引く宿場女の絵図に
山本照夫	浦島表	大川 亘	馬場 セキエ	城戸 はつえ	羽田野 富治	吉川 ふじえ	榎田 信子	永野 藤 義	田上 信子	寺田 富貴子											

国際化のススメ ③



私の会社 ⑧

ヤマウコンクリート工業(株) 長洲工場

嶋村 勇人 さん



ヤマウコンクリート工業(株)は昭和38年創業以来、27年間培ってきた経験と技術を生かし、今や九州のヤマウから世界へ向けての生産・販売へと発展しています。平成元年1月に長洲工場設立、3月には韓国のウルサンで新工場を稼働させ、生産工場8ヶ所、最新の設備で付加価値の高い製品を生み出しています。特に今日のニーズを先取りし、注目を集めている建築用のPCカーテンウォールは急激な伸びを示しており、大都市の高層ビル、大学の建物などに使用され、当社の核になろうとしています。私は事業本部(PC事業部)を持つ長洲工場に籍を置き、PCカーテンウォールの図面を書いています。今や大きく変革しつつあるヤマウと一緒に仕事をする「何かがある」そんな期待と希望を持ち、自分自身もまた向上していけるよう一層の努力を重ね、頑張っていきたいと思っています。

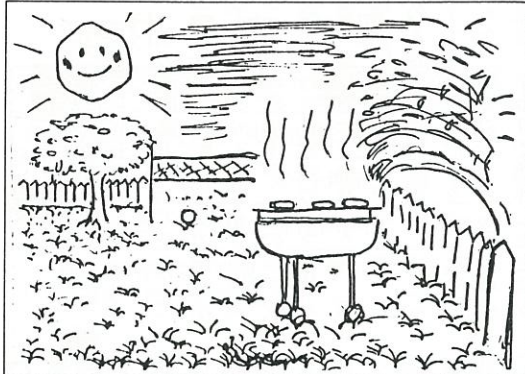
今月は、アメリカ式のパーティーについて説明してみようと思います。アメリカでは、誕生パーティーや結婚式のレセプション・卒業式など各種のパーティーが行われます。それに、祝祭日のようなパーティー(元旦、七月四日の独立記念日、クリスマス等)も含むと、非常に範囲の広いものとなり、詳しく紹介するのはなかなか大変です。しかもこれらのパーティーは、日本の宴会のように一つの型にはまったものではないわけです。

この決まったやり方がないというのが、アメリカ式のパーティーの特徴だと思います。しかし、そうは言っても共通性のあるパーティーももちろんあります。カクテルパーティー、仮装舞踏会、ディナーパーティー等のテーマパーティーがそうです。例えば、米国独立記念日(七月四日)には、家族とそれぞれの友達全員でバーベキューパーティーをします。まず、肉を焼く係を決めます。また他の人たちは肉が焼ける間、いろいろな食べ物準備したり、スポーツ

をしたり、ビールを飲んだりして、パーティーを楽しむのです。ところで、肉を焼く係は熱い焼き台のそばで働くので、たくさん汗をかきます。もし、その時に係はビールをだいたい飲まなければ、バーベキューパーティーではなくなってしまうわけです。私は日本に来て以来、私と同様に外国から来た招致事業の参加者や日本の友人たちの為に、何回もパーティーを計画したことがあります。みんなが楽しめるように、たくさんのビールやジュースや楽しい音楽も用意しました。しかし、このようなアメリカ式のパーティーでは、開会の乾杯や閉会の万歳はもちろんありません。さらに、もしパーティーが午後十時から始まるのであれば、大部分のゲストは十一時近くにやって来るかもしれませぬ。そしてビールを飲んでしまおうとパーティーも自然に終わるのです。

作品募集中

みんなの広場では、皆さんの作品(絵画、写真、アイデア作品等)のご意見、ご感想をお待ちしています。詳しくは役場企画課広報係まで。
 (☎3111内線221)



- バーベキューの材料(忘れないように)
- 肉: 牛ステーキ, チキン, ハンバーグ, ソーセージ
 - 野菜: レタス, トマト, 玉ねぎ, いろいろ
 - 燃料: 木炭
 - 飲み物: ビール, ジュース, コーラ
 - 人々: 家族, 親戚, 友達, 犬一匹, 猫一匹

《文と絵/ジョージ・モラさん》
 そういふパーティーの反対にもっと大人らしいディナーパーティーやカクテルパーティーを行いたいなら、ちゃんと開会時間と閉会時間を決めて置いた方がいいでしょう。

保健・衛生だより

健康課は ☎78-3111 (内線142) ※大切なことは、メモしておきましょう!

行事	日	時	会場	備考
育児相談	3月12日(火)	13:30~15:00	町民研修センター	内容/身長、体重計測他 持参するもの/母子手帳
健康相談	3月14日(木)	13:30~14:30	出町公民館	内容/血圧測定、尿検査、塩分測定、保健指導 栄養指導 持参するもの/健康手帳、コップ1杯のみそ汁
7か月児健診	3月15日(金)	受付 13:30~14:30	町民研修センター	対象者/平成2年6月12日~8月15日 持参するもの/母子手帳
3才児健診	3月22日(金)	受付 13:30~14:30	〃	対象者/昭和62年9月1日~10月31日生れの幼児 持参するもの/母子手帳、おしっこ ※問診票の混雑が避けられますので役場健康課へ取りに来られぬようお願いします。

投稿 私の健康法

町老人クラブ連合会
会長 藤田 辰雄

私の健康法と言って皆さんにご紹介できる様な特別な健康法ではありません。私が定年退職二年前の事です。その頃は仕事に追われて健康の事など他人の様に思っていました。親友の話に親友と同じ職場の先輩のAさんが定年退職後二年足らずでポツクリ亡くなったとか、また、親友の叔父さんは定年退職後一年余りで他界したと聞かされ人事ではない様に思えた。「俺も定年退職したら人並にの世に行かねばならないのかなあ!」と思うと急に淋しくなり、死にたくないが南の島の島々の戦場で一緒に戦って戦死した戦友の事を思えばいつ死んでもいいと思ったが、後に残る女房子供の事を考えればあと十年位は生かして欲しいと神様に心の中で手を合わせた。

その頃から健康の事を真剣に考えるようになり、どうすれば健康が保たれるのだろうかと土日はあちこちの書店や図書館に通って、一年がかりで私に合った健康法をきめた。それは、栄養、運動の健康作りの三原則を定め、栄養は早寝早起きの励

行で一晩に七時間以上は睡眠をとるを守り、次に栄養は私は食べ物の好き嫌いは全くないが野菜類は根菜類と豆類を多めに、三度の食事はよく噛んで腹八分目に、間食はしない事と食べた五分以内に歯磨きを励行し、歯磨きには食塩を併用、この事は十歳頃から続けているので幸いに入れ歯は一本もなく、食塩での歯磨きは今でも続行しています。次に運動の事ですが、一人での意志で続ける「ジョギング」ときめ、出勤前朝日の出るまでの一時間実施することになりました。

コースを実行したところ今度は膝のガクガクに痛みが重なり、三日目はピッコをするようになった。これでは続けられなくなるのではと心配になり、「これで止めたら一生出来なくなる、一年がかりの計画が三日坊主で終るなんて、南方の戦場で切込隊を繰り返して来たお前がこの位の事が出来ないのか」と自分に言い聞かせ、歯を喰いしばり続けることを決意した。四日目はピッコがひどくなり、途中、人目にあつたら笑われ者になるのではと思い、五日目から夜明け前一時間に改め、どんな事があってもやめるもんかと続ける事でいつかは走れると信じ、必死に我慢し続けた。その結果、十日を過ぎた頃から痛みなど柔らぎ「やったぞ」と叫びたいほど嬉しくなり、自信がつき二十日過ぎた頃は二K走り続けても痛くない様になり、それ以後千円、二千円とコースを延ばし、六ヶ月で十Kを一時間で走れる様になった。

ジョギングを始めた頃の体重は七十九kgあったのが標準体重の六十二kgになり、十年続けた去年から年齢を考えると今は五Kの速歩に替え、雨の降らない日は毎日続けていますので体調は好調です。

年金ゼミナール

20歳以上の学生の強制加入とは……

Q 20歳の学生です。親元を離れて下宿しています。平成3年4月から強制加入になるのですが、手続きはどのようにすればいいか。保険料は必ず払わなければならないか。

A 加入手続きは、学生さんの住民票のある市町村役場で行います。その時、印かんと学生証を持参してください。保険料の納付書は学生本人へ通知されます。しかし、学生については、同居、別居にかかわらず親元から学費、生活費のほとんどを負担してもらっているのが通例です。そこで、親元を含めた経済単位で、保険料の負担能力の判定を行う学生独自の判断基準——つまり保険料を免除する基準が用意されています。

国内に住んでいる20歳から60歳未満の人のうち、学生については任意加入でしたので、卒業後60歳まで年金制度に加入しても満額の老齢基礎年金が受けられません。また、20歳以

降年金制度に加入するまでの在学中に障害となった場合、障害基礎年金が受けられないケースがありました。このような点を考慮し、学生適用を行うことになったものです。

住民福祉課

国民年金の保険料は納めましたか

国民年金の保険料の納め忘れはありませんか? 今のお年寄りの年金は、皆さんの納めた保険料で支払われています。あなたの保険料が、お年寄りの生活を支えているわけです。

また、保険料を納めることは皆さんや皆さんの家族にとっても、大切な意味を持ちます。もし、納めないでいると——

- ▼将来、老齢基礎年金を受けられなかったり、減額される。
- ▼障害者になっても障害基礎年金が受けられない。
- ▼万一の場合、奥さんやお子さんご遺族基礎年金を受けられない。

このようなことのないように、「みんなのために」、「自分自身のために」国民年金の保険料は必ず納めましょう。

住民福祉課

第14回「耳の日」記念事業

3月3日は「耳の日」です。耳の大切さを考え、併せて耳の不自由な人々の「聞こえない苦しさ」や「ねがい」を皆さんに知っていただくために「耳の日」記念事業を次のとおり行います。

- ◆とき 3月3日(日) 午前10時~午後3時
- ◆ところ 玉名市文化センター
- ◆内容 ビデオ上映、体験談発表等
- ◆主催 熊本県ろう者福祉協会玉名支部、手話サークル「玉名わかぎ」

裁判所の不動産競売の期間入札

当裁判所では次のとおり不動産競売の期間入札を実施します。

土地	8筆
土地付建物	9戸
建物	1戸

※()内は町内物件数です。

●入札期間 3月12日~3月19日

入札物件についての詳しい資料は、3月19日までに当裁判所書記官室で閲覧してください。

熊本地方裁判所玉名支部 女性のための技術講習会

県では、働きたい女性のために、就業に必要な技術の修得を目的として次のとおり講習会を実施します。

- ◆講習科目 経理(初級)
- ※ワープロを含む
- ◆期間 4月22日~6月12日の月・水・金(午前10時~午後4時)
- ◆ところ 玉名市勤労青少年ホーム(玉名市岩崎173-1)
- ◆受講資格 受講後就業を希望する婦人
- ◆受講料 無料(ただし、教材費は自己負担)
- ◆申込受付

訓練生募集

玉名高等職業訓練校

- ◆訓練科目・募集人員
建築科(20名)、左官科(20名)
構造物鉄工科(20名)
- ◆訓練期間 2年
- ◆訓練日 毎週木曜日
- ◆募集期間 3月31日まで
- ◆応募方法 入校希望の方は事業主または玉名公共職業安定所(☎74154)と連絡をとり、願書を提出してください。

ジャズダンス生徒募集

- ◆とき 毎週木曜日(4月より) 午後7時~9時
- ◆ところ 長洲共同福祉施設
- ◆対象 15歳~25歳の男女
- ◆インストラクター 中尾依津子
- ◆連絡先 楠田聖美方 (☎780706)

休日在宅医

月日	在宅医	☎
3月3日	有明成仁病院(鷲 巢)	78-1133
10日	嶋田医院(上沖洲)	78-0209
17日	福本医院(岱明町)	57-2811

※診療時間は、原則として午前9時から午後5時までです。

社協だより

〓〓〓おこやみ(香典返し)〓〓〓

次のかたがたより香典返しの意味で多額の寄付をいただき厚くお礼申し上げますとともに故人の御冥福をお祈りいたします。寄付金等は老人、身体障害者、母子、児童福祉事業などに活用させていただきます。

(寄付者)(物故者)(住所)

草野武人 亡父〓榮次 西新町
宮野トシエ 亡夫〓拾造 下東
井上健一郎 亡父〓剛 西新町
池原倫子 亡夫〓務 鷺巢
宮島静子 亡夫〓信春 塩屋
松野久美 亡父〓千代喜 上沖洲

福田キル 亡夫〓爲喜 建浜
福田三枝 亡夫〓千久夫 上本町
鶴山芳子 亡夫〓末好 下本町

〓〓〓〓〓〓〓一般寄付分〓〓〓〓〓〓〓

★兼浜紀慎様より社会福祉事業資金として寄付
★平原区の中島信枝様より白い杖を善意銀行へ寄付

〓〓〓〓〓〓〓善意銀行分〓〓〓〓〓〓〓

★下東区の宮野トシエ様より亡夫拾造様死亡による香典返しの一部を下東老人会へ寄付
★塩屋区の宮島静子様より亡夫信春様死亡による香典返しの一部を塩屋区へ寄付

★下本町の鶴山芳子様より亡夫末好様死亡による香典返しの一部を親友会へ寄付

農業委員会

憲章を策定

農業委員会では、農業委員会活動を飛躍的に前進するため、行動する農業委員会の指針となるように農業委員会憲章を策定しました。

一、長洲町農業委員会は、農業者の代表として、誇りと責任ある行動に努めます。
一、長洲町農業委員会は、農地の確保と有効利用を進め、法令に基づく適正な農地行政に努めます。

一、長洲町農業委員会は、農地銀行活動を確立し、農用地の流動化と集団化の促進に努めます。
一、長洲町農業委員会は、産業としての農業を確立するため、担い手の育成と後継者の確保に努めます。
一、長洲町農業委員会は、農業経営と暮らしの発展のため、情報の収集・提供活動に努めます。

一、長洲町農業委員会は、農業者の期待と信頼に応え、新次代ひらく農政の確立に努めます。
一、長洲町農業委員会は、地域住民の暮らしと健康を守るため、農業の健全化を図り、土水、空気の浄化に努めます。
一、長洲町農業委員会は、豊かで活力ある農業を築くため、町・農協と連携し、特色ある長洲町農業の確立に努めます。

おめでとう

(2月13日受付分まで)

住所	保護者名	出生児	性別	生年月日
高田	野村 信一	拓史	男	1.13
立野	松崎 正夫	遼	男	1.14
駅通	野畑 安廣	優樹	男	1.15
下東	石塚 誠	誠也	男	1.16
向野北	竹中 俊二	一祥	男	1.23
清源寺	茶井 利春	文彦	男	1.26
建浜	池上 保洋	高德	男	1.31
向野	森 司	有理紗	女	2.1

※対象者は、町内に住所のある方のみです。

ふるさとの便りをあの人へ 『ふるさと広報宅配便』 年間900円で毎月郵送

町では『広報ながす』を年会費900円で毎月1回1年間郵送する『ふるさと広報宅配便』の平成3年度会員を募集します。

ふるさとの便りとして、『広報ながす』を親戚や知人の方に送ってみませんか。

- ◆会費 年間900円(郵送料)
- ◆募集期間 3月末日(4月からは随時受け付けます。)
- ◆申込方法 役場企画課(2階)に備え付けの申込用紙に記入し、会費と一緒に申し込みください。

警察総合相談室

警察本部では、これまで県民の警察に対する要望や苦情を監察課内にある警察相談室で、また、一般的な困りごと等については防犯課の住民相談係でそれぞれ受理してきましたが、相談等の

固定資産課税台帳の 縦覧日が変わります

平成3年度の固定資産課税台帳の縦覧は、本年度が評価替えの年に当たするため、次のとおり変更実施します。
◆とき 4月1日～4月20日
◆ところ 役場税務課

内容に応じ相談する場所が異なり、さらに専用の部屋もなかったため相談者に不便をかけてきました。

そのため今回、警察本部(県庁)の11階に「警察総合相談室」として専用の部屋を設け、専門相談員を配置しました。

なお、相談に来られる場合は、祝・休日(第2、第4土曜日も休日)を除き、午前8時30分から午後5時(第1、第3、第5土曜日は正午)まで、また、電話で相談される場合は、プッシュホン式電話契約の電話機は、県内どこからでも「#」を押し「9110」を押してください。

ダイヤル式電話回線の電話機は、「096・383・9110」を回してください。
※執務時間中は、専門相談員が応対しますが、祝・休日や夜間等の執務時間外は当直員が応対します。